

La lúdica, una opción para el desarrollo humano

Trabajo Presentada para Obtener el Título de Especialistas en Pedagogía de la Lúdica

Fundación Universitaria los Libertadores

Ángel María Vergara Ochoa, Iván Darío Puerta García & Juan Carlos Restrepo Rendón

Abril 2018.

Copyright © 2017 por Ángel María Vergara Ochoa, Iván Darío Puerta García & Juan Carlos Restrepo Rendón. Todos los derechos reservados.

Dedicatoria

Este trabajo se lo dedicamos, primero a Dios por el don de la vida, a nuestros padres y familiares por su constante apoyo, su acompañamiento diario y los ánimos para progresar cada día, a nuestra Institución Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana en especial a nuestros estudiantes que siempre puedan soñar con un mejor futuro para ellos y sus generaciones.

Resumen

A través de la educación, se pueden lograr grandes cambios en el ser humano, por eso es el pilar de la vida. Ofrece alternativas dinámicas que posibilitan desde la lúdica, acciones orientadas al goce, al disfrute, al compartir, a desarrollar habilidades y hacer parte de la cultura.

Por ello la propuesta, tiene como base fundamental la recreación y la vida sana, para contribuir al encuentro, a la formación del estudiante y a la preparación mental como formas de mejoramiento de comportamientos y actitudes, siendo útiles a la sociedad de la que se hacen parte.

El tema sobre la lúdica y el fortalecimiento del desarrollo humano, en el colegio de la UPB, en la ciudad de Medellín posibilita que los adolescentes, pertenecientes a los grados 10° y 11° adquieran habilidades y destrezas con las actividades deportivas que se plantean, para lograr una mayor participación en ellos. En la elaboración de este proyecto se tuvo en cuenta la problemática que se presenta de la poca participación, en el desarrollo de las actividades deportivas, por eso es que surge la inquietud de ofrecer aquellas actividades y eventos que garanticen mayor participación y se pueda contribuir a la utilización racional del tiempo libre y a la vida sana.

Con el fin de identificar las necesidades de los estudiantes se realizó una encuesta para conocer los gustos y preferencias de ellos, por actividades que les propicien satisfacción, alegría, goce y disfrute. Luego se elaboró una propuesta de intervención que conlleve a fortalecer aspectos como la convivencia, los valores, la salud mental, el respeto, el conocimiento de los compañeros y el compartir espacios recreativos en la institución.

PALABRAS CLAVE: Desarrollo humano, participación, lúdica, aprendizaje, recreación.

Abstract

Through education, great changes can be achieved in the human being, that is why it is the pillar of life. It offers dynamic alternatives that make it possible to carry out actions oriented to enjoyment, to sharing, to develop skills and to become part of the culture.

For this reason, the proposal is based on recreation and healthy living, to contribute to the encounter, to the formation of the student and to the mental preparation as ways of improvement of behaviors and attitudes, being useful to the society of which they are part.

The theme of play and strengthening of human development in the UPB school, in the city of Medellin enables adolescents in grades 10° and 11° to acquire skills and abilities with the sports activities that are proposed, to achieve greater participation in them. In the elaboration of this project, the problem of low participation in the development of sports activities was taken into account, which is why there is a concern to offer those activities and events that guarantee greater participation and can contribute to the rational use of free time and healthy life.

In order to identify the students' needs, a survey was carried out to find out their likes and preferences, through activities that provide them with satisfaction, joy, enjoyment and pleasure.

Then an intervention proposal was elaborated to strengthen aspects such as coexistence, values, mental health, respect, knowledge of peers and the sharing of recreational spaces in the institution.

KEY WORDS: human development, participation, play, learning, recreation.

Tabla de contenido

Capítulo 1. Así somos	12
Capítulo 2. Cómo identificarnos	17
Capítulo 3. Con quién trabajamos.....	29
Capítulo 4. Conozcámonos a través de la lúdica	33
Capítulo 5. Conclusiones	60
Lista de referencias	64
Anexos	68

Lista de tablas

Tabla 1. Plan de trabajo	41
--------------------------------	----

Lista de cuadros

Cuadro 1. Grado que cursan los estudiantes.	71
Cuadro 2. Género al que pertenecen los estudiantes.....	71
Cuadro 3. Edad de los estudiantes.	71
Cuadro 4. Razones de la no participación en actividades deportivas.....	72
Cuadro 5. Participación en las actividades.....	72
Cuadro 6. Actividades en las que participan.....	72
Cuadro 7. Razones de participación.....	73
Cuadro 8. Gusto por actividades diferentes.	73
Cuadro 9. Participaría usted en las nuevas actividades.....	73
Cuadro 10. Actividades en las que participaría.....	74

Lista de gráficas

Gráfica 1. Grado que cursan los estudiantes.	76
Gráfica 2. Género de los estudiantes.....	77
Gráfica 3. Edad de los estudiantes.	78
Gráfica 4. Razones de la no participación en actividades deportivas.	78
Gráfica 5. Participación en las actividades.	79
Gráfica 6. Actividades en las que participan.....	79
Gráfica 7. Razones de participación.	80
Gráfica 8. Gusto por actividades diferentes.	80
Gráfica 9. Participaría usted en las nuevas actividades.....	81
Gráfica 10. Actividades en las que participaría.	82

Lista de imágenes

Imagen 1. Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana.....	17
Imagen 2. Conozcámonos a través de la lúdica.	40

Capítulo 1. Así somos

El trabajo de investigación aborda una problemática educativa que se presenta en el Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana (UPB), de la ciudad de Medellín, que se centra en la poca participación de los estudiantes en actividades deportivas que se ofrecen en el tiempo de descanso. Estas están dirigidas a obtener beneficios, no solo personales, sino en la salud académica, hacer buen uso del tiempo libre, la recreación, el deporte, la lúdica y el desarrollo humano, lo que permitirá el fortalecimiento de su crecimiento académico y personal, como lo señala la misión de la Institución:

Formación integral de las personas que la constituyen, mediante la evangelización de la cultura, la búsqueda constante de la verdad en los procesos de docencia, investigación, proyección social y la reafirmación de los valores desde el humanismo cristiano, para el bien de la sociedad. (Manual de Convivencia, 2017, p.15)

Las actividades deportivas que se les brinda a los estudiantes del Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana, Sección Bachillerato, en los descansos son: baloncesto, fútbol, voleibol, balón mano y micro fútbol, consideradas como deportes de conjunto y los deportes individuales ofrecidos son: el ajedrez y tenis de mesa. Estas facilitan el descanso de las actividades académicas, integración entre estudiantes, compartir intereses, afianzar el diálogo, el conocimiento del otro, la convivencia y los valores (socialización).

Estas actividades deportivas, tienen beneficios como: permitir la actividad física, con las que se pretenden mejorar la salud, la prevención de enfermedades, la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, además de los fisiológicos, psicológicos y sociales para los estudiantes. Tienen proyección en el mejoramiento del estado de ánimo, disminuyen el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión. En el ámbito personal, es una estrategia para aumentar la autoestima y el conocimiento de sí mismo.

Desde esta perspectiva, y a partir de observaciones realizadas, se evidencia poca participación de los estudiantes en actividades deportivas durante el descanso; la población estudiantil centra su atención en actividades como chatear por celular, el consumo de alimentos (poco saludables) artificiales y otros comportamientos, como es la de permanecer sentados en las sillas ubicadas en los patios salones, caminar por las canchas deportivas, estar de pie apoyados en las paredes del primer piso del colegio, conversar con los amigos de otros salones y de otros grados, coquetear con las compañeras de otros grupos y hablar con los docentes.

Esta situación, hace necesario realizar una propuesta que proponga acciones de transformación a partir de la lúdica, la cual permite un cambio de actitud en los estudiantes para motivar la participación, en las actividades deportivas que sean de su agrado y recibir los beneficios de ellas, en los aspectos antes enunciados.

Teniendo en cuenta lo anterior, se plantea la siguiente pregunta de investigación: **¿Cómo la lúdica, fortalece la participación de los estudiantes de los grados 10° y 11° del Colegio de la UPB, en las actividades deportivas, ofrecidas en las horas de descanso?**, para brindar

respuesta a esta inquietud, se han planteado los siguientes objetivos de investigación. El general se centra en: Diseñar una propuesta lúdica, que motive la participación de los estudiantes de los grados 10° y 11°, en las actividades deportivas, en las horas del descanso escolar, y los objetivos específicos se orientan a: Identificar las actividades de mayor interés de los estudiantes de los grados 10° y 11° del colegio de la UPB, a su vez, potencializar la participación de los estudiantes en las actividades ofrecidas en el descanso escolar y fortalecer la conciencia de una vida saludable a través de la lúdica,

Como justificación se plantea que en el Colegio de la UPB, en su misión evangelizadora y pastoral viene estructurando un currículo que responda, no solo a las exigencias de la Ley General de Educación (Ley 115/94), sino también a las características y necesidades propias de la población que maneja, su entorno y el mundo; sustentado en un modelo pedagógico que busca el desarrollo progresivo del pensamiento crítico- reflexivo- creativo. El equipo de trabajo no está al margen de este desafío pedagógico, recreativo y deportivo. Se considera de importancia la creación de este proyecto para contribuir a la formación de la persona en su dimensión integral.

Teniendo en cuenta que la ejecución de actividades recreativas y buen uso del tiempo libre no es un aspecto aislado del proceso educativo del Colegio, este ocupa un lugar importante porque contribuye al desarrollo de la personalidad del individuo como agente para la sociedad que tanto lo requiere en estos momentos.

Con la propuesta lúdica, se pretende que la Universidad Pontificia Bolivariana, a través de sus docentes planteen alternativas, para que los estudiantes del colegio, encuentren en este espacio educativo, actividades tendientes a facilitar mejor empleo del tiempo libre, lograr recreación y obtener alternativas de manejo de los conflictos cotidianos, gozar de los beneficios personales, sociales y psicológicos con la participación en estas actividades deportivas y recreativas.

El proyecto más que cumplir con un requisito académico y legal, pretende llenar las expectativas de una población estudiantil de los grados 10° y 11° necesitada de escenarios alternos a su proceso académico donde pueda fortalecer sus capacidades.

Unida a este requisito, está el fortalecimiento de la aptitud, considerada como la habilidad, la facilidad y el modo para hacer alguna cosa. Lo que nos dice que es una vocación inequívoca y asumida a fondo llega a ser insaciable eterna y resistente a toda fuerza contraria: la única disposición del espíritu capaz de derrotar el amor. Parafraseando a García, Márquez (1995) La necesidad de afirmar a tiempo ese caudal de talentos que están ahí, dormidos en las sillas de las aulas, y que no se logran detectar por la cantidad de las masas de estudiantes, un buen proyecto garantizará canalizar las aptitudes y actitudes de tantos talentos que están ahí a la espera de un espacio realmente diferente que le permita encontrarse con su propio lenguaje.

La propuesta lleva implícita, los aportes de los docentes, que desde la experiencia tienen la oportunidad de enriquecer los procesos educativos desde la Educación Física, la recreación y el

deporte como aspectos fundamentales en el desarrollo de la persona, creando espacios de crecimiento personal, social, como alternativas para ser mejor cada día, sin olvidar las dimensiones del aprendizaje en las que se debe incentivar con lúdica, didáctica y pedagogía, todos los procesos educativos.

Capítulo 2. Cómo identificarnos

Marco Referencial

Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana



Imagen 1. Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana

Cortesía Galería fotográfica UPB

“No se podrá ser un perfecto Bolivariano sin estar convencido de su misión cultural y social” Espíritu Bolivariano.

En los antecedentes sobre el tema, se identifica el empleo de estrategias lúdicas como el juego, para hacer del tiempo libre un espacio de formación en valores, para trabajar la solidaridad, el respeto, la tolerancia, el trabajo en equipo, entre otros aspectos que influyen en la construcción del proyecto de vida. (Linares & Arias, 2016)

De igual manera las diversas manifestaciones lúdicas, en las instituciones de educación, son esenciales en el aprovechamiento del tiempo libre, porque posibilita que los estudiantes puedan ocupar su tiempo en la realización de varias actividades lúdico-recreativas logrando la socialización, el rescate de algunos valores, el trabajo en grupo y la participación activa de ellos. (Muñoz, Muñoz & Pinzón, 2015)

Así mismo los espacios lúdicos como estrategia pedagógica, sirven para el manejo adecuado de ambientes hostiles y de conflictos interpersonales, agresiones físicas, verbales y accidentes, logrando fortalecer la sana convivencia. Esta experiencia se realizó en la institución educativa Kennedy del Barrio Robledo de Medellín, con los niños y niñas de preescolar y básica primaria, dando la posibilidad de elegir un lugar diferente al patio o una actividad acorde a sus gustos, intereses y estado de ánimo generando satisfacción, goce y placer. (Uribe, Taborda & Vélez, 2017)

Los Ambientes lúdicos tenidos en cuenta en los descansos escolares de la Institución Educativa Combia, de la ciudad de Pereira tiene como eje motivador el uso adecuado del tiempo libre durante los descansos escolares. Las actividades realizadas promueven la participación e interacción de los miembros de la comunidad educativa, principalmente estudiantes, en

ambientes lúdicos para el fomento del aprendizaje fuera de los contextos exclusivos del aula de clase y en la prevención de problemas sociales y de promoción de la vida sana. (Mosquera & Bueno, 2016)

La lúdica como propuesta pedagógica también ayuda al manejo de la agresividad de los estudiantes de secundaria durante el descanso, en la institución educativa Colombia del Municipio de Girardota – Antioquia. Con las actividades se busca el mejoramiento de la convivencia y las relaciones interpersonales entre los estudiantes del grado 11º, los cuales se convierten en multiplicadores de proyecto a través de estrategias lúdicas, para el fortalecimiento de la parte social, la sana convivencia y las relaciones interpersonales. (Botero, Campos, Restrepo & Roldan, 2016).

Hay una propuesta educativa que se desarrolla en la institución “Vida Para Todos” sede Medellín en los grados primero y segundo, ubicada en el sector de Caicedo en la cual los descansos escolares, se convierten en momentos lúdicos, con los grados primero y segundo, por la problemática violenta que se está manifestando en la escuela. La iniciativa consiste en la implementación de diversos juegos grupales, de poco movimiento y desplazamiento para evitar roces y así mismo choques físicos que lleven a enfrentamientos los cuales ocurren con frecuencia dada la gran cantidad de estudiantes y el poco espacio para que ellos jueguen corriendo y saltando. Para los juegos que se propone un sitio específico con su rótulo, con el

acompañamiento de un monitor quien se encarga de dar indicaciones sobre el juego y de acompañar a los participantes para el cuidado del material a emplear. (Palacio, 2016)

Todos los estudios referenciados, fundamentan la posibilidad de elaborar propuestas educativas tendientes a favorecer la formación del estudiante, en los espacios ofrecidos por la institución, para que hagan un mejor uso del tiempo libre, se logren solucionar conflictos propios de la convivencia, se promueva la integración social, armonía y preparación para la vida adulta.

Son los docentes los llamados a crear estas alternativas pedagógicas, viven de cerca las problemáticas de los jóvenes y es una misión la formación del ser humano en condiciones dignas, combinando los saberes, la experiencia, la observación y el conocimiento académico.

Como parte del *Marco* que fundamenta las categorías de estudio, sobre la recreación la educación y la lúdica, se adhieren al presente proyecto así: **La recreación es una necesidad básica del ser humano:** Este planteamiento, lo hace (la Asamblea General de la Naciones Unidas, 1980), cuando expresa que para el hombre, “[...] después de la nutrición, salud, educación, vivienda, trabajo y seguridad social, la recreación debe considerarse como una necesidad básica, fundamental para su desarrollo.” (Funlibre, 2014, párr.11)

También en la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Asentamientos Humanos, Hábitat y Medio Ambiente, realizada en el año de 1976, en la ciudad de Vancouver, Canadá, declaró por unanimidad, “[...] que la recreación es necesidad fundamental del hombre contemporáneo [...].”(Funlibre, 2014, párr.20)

Es igualmente contundente el reconocimiento nacional e internacional de la Recreación *como un Derecho Individual*: La Declaración Americana de los Derechos y Deberes del hombre, incluye como factor irrenunciable de derechos individuales, en el artículo 15, que: “Toda persona tiene derecho al descanso, a la honesta recreación y a la oportunidad de emplear útilmente el tiempo libre, en beneficio de su mejoramiento espiritual, cultural y físico.” (p.6)

La convención sobre los derechos del niño, aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989, en atención al establecimiento de mecanismos de control y protección de los derechos de los niños del mundo, ratificó en su preámbulo que los Estado Partes en la Convención, “[...] Reconociendo que el niño, para el pleno y armonioso desarrollo de su personalidad, debe crecer en el seno de la familia, en un ambiente de felicidad, amor y comprensión [...]” (Funlibre, 2014, párr.22)

Los derechos de los niños, las niñas y los jóvenes, son de interés superior para todos los países por eso, han convenido lo siguiente: (...) Art. 31.

1). Los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas apropiadas para su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes. 2). Los Estados Partes respetarán y promoverán el derecho del niño a participar plenamente en la vida cultural y artística y propiciarán oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento [...] (funlibre, 2014, párr.22)

Como derechos fundamentales la Constitución Política de Colombia, en su Título. II, “De los derechos, las garantías y los deberes”; Capítulo II, establece que:

De los derechos sociales, económicos y culturales, Artículo 44, expresa que los derechos de los niños, prevalecen a los demás, colocándolos como aquellos que merecen todo el esfuerzo y atención, no solo por parte del Estado, sino también, por parte de los particulares para garantizar su efectiva aplicación y respeto.

Artículo 44. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. (p.20)

Igualmente la Carta Política no solo se limita a garantizar la recreación como derecho fundamental a los niños, sino que también, en el mismo Título II, Capítulo II, dedica un artículo especial a estatuirlo como derecho fundamental de todas las personas, sin distingo alguno; al tiempo que compromete al Estado a fomentar esta actividad, responsabilizarlo por su fomento, tal y como lo establece el art.52: “Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.” (p.22)

Por su parte la (Ley 181 de 1.995) en su artículo 4º al referirse a los principios de la educación indica que en su numeral primero que las instituciones educativas requieren “1o. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en

todos sus niveles. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.” (p.1)

Es igualmente incuestionable que el ordenamiento jurídico del país ha reiterado la responsabilidad y compromiso del Estado en la promoción, dinamización y prestación del servicio de Recreación, así la Constitución Política de 1991 hace su aporte a la educación y en su art. 67, reza:

La educación es un servicio público que tiene una función social; [...] La educación formará al colombiano [...] en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación [...]. (p.24)

Por su parte la Ley 181 de 1.995 en su Art. 4. Indica que:

El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica de parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social. (p.11)

El artículo 5° Se entiende que:

La recreación, es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento. (p.12)

De igual manera, en relación al aprovechamiento del tiempo libre, establece que:

Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación sicobiológica. (p.12)

Ley 115, Ley General de Educación de 1.994, Art. 5º, en su numeral 12, dice: “La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.” (p.2)

Art.14ª, en el numeral b establece “El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diferentes culturas, la recreación y el deporte [...]” (p.4)

Artículo 22, numeral ñ motiva “La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.” (p.8)

Artículo 204, numeral a “Enseñar la utilización constructiva del tiempo libre para el perfeccionamiento personal y el servicio a la comunidad.” (p.47)

Decreto 1860 de 1.994, reglamentario de la Ley 115, Art.14° Contenido del proyecto educativo institucional. E “Las acciones pedagógicas relacionadas con la educación para el ejercicio de la democracia, para la educación sexual, para el uso del tiempo libre” (p.7). En la que se pueda ofrecer a los estudiantes alternativas de interés, para motivar el proceso de aprendizaje.

En el campo **pedagógico**, el estudio, toma aportes de autores representativos porque fundamentan teóricamente como el juego, la lúdica y la educación, se complementan para contribuir a la formación del ser humano, en este caso el estudiante del colegio de la Upb. Frente a la primera categoría, se tienen.

Jiménez (1999) referencia que:

El juego debe entenderse en términos propedéuticos, es decir, sirve para preparar y potenciar procesos de desarrollo humano, no es el rasgo predominante de la infancia, sino un factor básico creador y potenciador de zonas de desarrollo de evolución inmediata; su función, en últimas, está ligada a la vida cotidiana como experiencia cultural, ya que el juego conduce en forma natural a ésta. A través del

juego los niños y los adultos participan en la cultura; en la medida que los actos de creación producidos por éstos puedan transformar la cultura y, en consecuencia, dotarla de sentido y de significación. (FUNLIBRE, 2014, párr.23)

Así mismo el profesor Huizinga, plantea que el juego puede ser fundamento de la cultura. En su opinión las grandes ocupaciones de la convivencia humana están impregnadas de juego. Este comienza desde el lenguaje, a través de él, se levantan las cosas del ámbito del espíritu, en el simple hecho de nombrar las cosas: “Jugando fluye el espíritu creador del lenguaje, constantemente, de lo material a lo pensado.” (p.5)

Teniendo en cuenta otra categoría como la lúdica hay planteamientos como:

La lúdica como experiencia cultural, es una dimensión transversal que atraviesa toda la vida , no son prácticas , no son actividades, no es una ciencia , ni una disciplina , es un proceso inherente al desarrollo Humano en toda su dimensional dad psíquica , social, cultural biológica . Desde esta perspectiva, la lúdica, está ligada a la cotidianidad, es especial a la búsqueda del sentido de la vida y a la creatividad humana.” (p.1)

Según los autores referenciados en el trabajo, la educación se constituye en el pilar fundamental, para el ser humano que forma sujeto, en su preparación para la convivencia en comunidad. Unido a este proceso, se encuentra la lúdica, la cual aparece con las herramientas y estrategias, para que el proceso de aprendizaje, cumpla su función social, en la medida de motivar el trabajo en grupo, el fortalecimiento de valores, la capacidad de solucionar los

conflictos, el respeto por la norma, la sana convivencia y la prevención de problemáticas, que inciden negativamente en el conglomerado social.

En el proceso de formación, la educación el juego y la lúdica dinamizan el aprendizaje a través de la pedagogía, quién da los saberes para que la labor docente se realice en espacios adecuados, teniendo en cuenta la dimensión cultural, los escenarios, los sujetos, las teorías, las metodologías y los fundamentos conceptuales, para hacer del acto educativo, la esencia del desarrollo integral del ser humano, como ser social y socializado en una sociedad, quien lo requiere para el mantenimiento de la misma en sus estructuras o ser generador de cambios.

Ahora desde el tema propiamente de trabajo, se profundiza en el significado de lo que implica en el aprendizaje categorías como: participación, vida saludable, el uso productivo del tiempo libre y el descanso escolar, como el desarrollo humano.

La participación: “Toda persona tiene la capacidad (poder) de actuar en el mundo en que vive, puede tomar decisiones que afectarán su vida. Participar es ejercer ese poder de tomar decisiones, actuar y transformar la realidad”. (Burin & otros 1998 citado por Barrientos, p.1)

Vida saludable: Para Cockerhan, Rütten y Abel definen los estilos de vida saludables como modelos colectivos de conducta relacionados con la salud, basados en elecciones desde opciones disponibles para la gente, de acuerdo con sus posibilidades en la vida.

Uso productivo del tiempo libre: Una de las mejores definiciones de tiempo libre la que nos da Phail (1999), quien lo define como “[...] un ámbito autónomo en el que los individuos pueden decidir con espontaneidad y con base en sus preferencias, su propio gusto, su placer, aquello que les da satisfacción, les es grato, les reconforta, les recrea.” (p.92)

Descanso escolar: es un “lapso de tiempo en el cual los escolares realizan actividades recreativas por gusto y voluntad propias y que merecen una esmerada atención por parte de los maestros.” (Gómez 1995 citado por Pérez & Collazos, 2007, p.9)

Desarrollo Humano: Desde Senn, Amartya (2000), se asume el desarrollo humano como la construcción de un ideal de hombre a futuro, por lo cual lo catalogan como un proceso de descubrimiento, crecimiento y humanización, donde se busca por medio de la educación potencializar la libertad del ser humano, expandiendo sus libertades y capacidades reales de las cuales goza como individuo. Reconociendo que el ejercicio de las libertades fundamentales depende también de otros factores como son las oportunidades sociales, económicas y políticas a las que tenemos acceso.

Capítulo 3. Con quién trabajamos

Diseño metodológico

La investigación realizada tiene enfoque cualitativo, en palabras de (Sampieri, Collado & Lucio, 2016) significa que el proceso se mueve en una lógica de recolección de datos y de interpretación de resultados, para plantear posibles opciones de respuesta a las necesidades de los estudiantes del 10° y 11° grado de El Colegio de la Universidad Pontificia Bolivariana, en relación con las actividades a realizar en el tiempo de descanso de la jornada académica. El estudio es descriptivo porque busca:

Especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas. (Sampieri, Collado & Lucio, 2016, p.125)

Detalla los intereses de la población, para ser satisfechas a través de una propuesta didáctica y pedagógica.

A su vez el método empleado es inductivo (Sandoval, 1996) indica la posibilidad de aplicar los resultados de manera particular a una comunidad educativa, para fortalecer en los educandos la conciencia de una vida sana, a través de la lúdica.

El estudio se inscribe en la línea de investigación Institucional pedagogía , medios y mediaciones, así como a la de la facultad, denominada (pedagogías, didácticas e infancias) a través de las cuales se fomenta la formulación y elaboración de proyectos, orientados al mejoramiento de condiciones de vida de los grupos poblacionales .Es la pedagogía, el soporte de la gestión educativa, juega papel fundamental en las acciones formativas, al direccionar estrategias viables para hacer del tiempo de descanso un espacio de relajación, fortalecimiento de valores y de interacciones positivas para la convivencia escolar.

En relación con las herramientas teóricas-metodológicas, se tiene: Las primeras sustentan conceptualmente el trabajo, con la ayuda de las fuentes de información, que soportan la investigación frente a las actividades deportivas, la recreación, la lúdica y la vida saludable. El trabajo de campo contiene: La población es definida como el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones (Lepkowski, 2008b citado por Sampieri, Collado & Lucio, 2016, p.174). La investigación está compuesta por todos los estudiantes de los grados 10° y 11°, del colegio de la UPB, quienes pertenecen a los estratos 1,2, 3, 4, 5 y 6. Son en total 580 y se ubican en las edades entre 15, 16,17, 18 y 19 años respectivamente. La muestra es la parte representativa de la población a los cuales se les va a aplicar un instrumento de recolección de información. “En el enfoque cualitativo considera a un grupo de personas, eventos, sucesos,

comunidades, sobre el cual se habrán de recolectar los datos, sin que necesariamente sea estadísticamente representativo del universo o poblacional que se estudia” (Sampieri, Collado & Lucio, 2016, p.384)).

Es Intencionada en la medida que la “representatividad la determina el investigador de modo subjetivo” (Castro, 2010, párr.5) **para la aplicación del instrumento de recolección de información a los estudiantes que quieran participar en el estudio y dar sus aportes frente al tema.**

Las técnicas e instrumentos requeridos en el estudio son: La entrevista según (Sampieri, 2016, p.436) es estructurada, cuando el entrevistador realiza su labor siguiendo una guía de preguntas específicas y se sujeta exclusivamente a ésta (el instrumento utilizado, define qué cuestiones se preguntarán y en qué orden). Ese formato diseñado previamente es llamado encuesta, por la riqueza en los tipos de preguntas que pueden realizarse y las situaciones que puede abordar.

De igual manera la observación posibilita

Explorar y describir ambientes, comunidades, subculturas y los aspectos de la vida social, analizando sus significados y a los actores que la generan (Eddy, 2008; Patton, 2002; y Grinnell, 1997). b) Comprender procesos, vinculaciones entre personas y sus situaciones, experiencias o circunstancias, los eventos que suceden al paso del tiempo y los patrones que se desarrollan (Miles, Huberman y Saldaña, 2013; y Jorgensen, 1989). c) Identificar

problemas sociales (Daymon, 2010). d) Generar hipótesis para futuros estudios.

(Sampieri, Collado & Lucio, 2016, p.399)

Ella cuenta con el diario de campo, quién facilita no solo la información inicial sobre el problema de investigación, si no que ayuda a detallar los logros obtenidos en el desarrollo de la propuesta lúdica, con los sujetos involucrados en el estudio. Los datos obtenidos de las fuentes primarias, serán presentados en tablas, gráficas (ver anexos p.71) y analizados cualitativamente, para identificar cuáles son las acciones, las estrategias, los escenarios y las personas responsables de la elaboración, como de la ejecución de la propuesta pedagógica , con actividades lúdicas, recreativas y deportivas , que fortalezcan la vida sana de los educandos del colegio de la UPB.

Capítulo 4. Conozcámonos a través de la lúdica

La **introducción** del trabajo lúdico pedagógico tiene importancia en el sentido de presentar una propuesta, que va a satisfacer las necesidades de la población estudiantil del colegio de la UPB, especialmente de los grados 10° y 11°. Para ello se hizo un diagnóstico de las actividades que motivarán la asistencia a la mayoría de eventos, por eso la planeación de las actividades cobijan las expectativas de los educandos, en el sentido de aplicar la innovación, facilitar la participación y una gama de alternativas para satisfacer la parte recreativa, cultural y lúdica de los que quieren realizar acciones diferentes a las ofrecidas generalmente, para lograr más cohesión de grupo, dinamizar la creatividad, la apropiación de saberes, impactar positivamente en el comportamiento, generar experiencias nuevas que cumplan con los propósitos educativos, en la utilización de los espacios y tener opciones recreativas diferentes, que armonicen con las expectativas y metas de los alumnos en mención. Además es una forma de interactuar en los escenarios educativos de manera masiva, socializando experiencias, didácticas y pedagógicas acorde con la realidad social y educativa del sujeto de aprendizaje. Es una forma de interactuar con el medio, los agentes educativos y hacer del acto educativo, un escenario propicio para la formación de los educandos.

La **justificación** de la propuesta pedagógica, pretende satisfacer la necesidad de los estudiantes como es la de tener mayor participación en las actividades planeadas para el descanso escolar, lograr aportes significativos en el campo de la educación, para el fomento del trabajo en equipo, identificar metas comunes con los compañeros, el adecuado manejo de la convivencia,

motivar un mayor aprendizaje de los estudiantes, lograr una mejor utilización del tiempo libre, fomento de los valores, mejoramiento de la convivencia, el respeto, la diferencia, el goce y el disfrute permanente.

Se tienen además como **propósito** que la propuesta pedagógica contribuya a la educación y a la formación integral del ser humano, como un espacio de entender a los otros en escenarios donde se comparte el mayor tiempo a diario.

La **propuesta** tiene en cuenta todos los recursos como son: los escenarios de la institución o recursos **físicos** como las canchas sintéticas, el polideportivo, la piscina, zonas verdes, patio salones entre otros. Los **humanos** son los docentes del área de educación física, de igual manera entre los recursos **didácticos** se cuentan: aros, pelotas, colchonetas, equipo de sonido, manilas, sogas, banco sueco, barra de equilibrio; discos, los guantes, conos, bastones, .cuerdas, balones medicinales, vallas, se emplean en las competencias sobre motricidad los guantes, el protector de cara, de dientes y el ring, son esenciales para la práctica del boxeo. Los parlantes, el micrófono, la música, se requieren en la gimnasia y los juegos callejeros, los balones necesarios en la práctica del fútbol. Las planillas y bases sirven para la anotación y desarrollo de cada uno de los juegos

Como **objetivos** se tiene: A nivel general **Contribuir** con la propuesta lúdico pedagógica, orientada al desarrollo humano de los estudiantes de 10° y 11° grado del colegio de la UPB. Los **específicos** están orientados en **aplicar** experiencias innovadoras en los escenarios educativos, **Contribuir** a la salud mental de los estudiantes, **Fortalecer** a través de la lúdica, el trabajo en

equipo, la salud mental y la convivencia, **dinamizar** los procesos educativos con propuestas que satisfagan las necesidades de los educandos.

Al hacer la **descripción** de la propuesta de intervención pedagógica, el tiempo de duración es de un semestre académico, se realiza en los descansos de la jornada escolar con una duración de 45 minutos, con una intensidad horaria de dos (2) horas semanales. Se pretende desarrollar las actividades, a nivel de la lúdica, la recreación y el deporte, según las expectativas de los educandos quienes a través de una encuesta, expresaron sus intereses, gustos y preferencias, para el rescate de los valores, la potenciación de las individualidades, el trabajo en equipo, la sana convivencia, la cooperación y la utilización racional del tiempo libre.

La propuesta de intervención , se inicia con una **toma** en el colegio de la UPB, con la presentación de la propuesta a los directivos de la institución a nivel musical; luego se programó una jornada de 4 horas, en las fiestas institucionales, con la participación de todos los docentes del área de educación física, coordinador y decano, con el propósito de que se institucionalice la jornada, para aportar a la educación, los conocimientos vistos a lo largo de la especialización en Pedagogía de la Lúdica. Este evento contiene actividades como: Bailes callejeros, revista de gimnasia y concursos, donde los estudiantes puedan demostrar las habilidades personales, destrezas en el campo deportivo y creatividad motriz; actividades que pueden ir variando acorde a los intereses de los estudiantes. Luego de esta toma, se tienen una **planeación pedagógica y didáctica**, la cual consta de 13 actividades, para ser realizadas cada semana en un descanso de la jornada escolar , en la que se tiene en cuenta actividades como: la **gimnasia** para mejorar en los

estudiantes habilidades y destrezas, a través del movimiento corporal . La **calistenia** para motivar la participación de los estudiantes a través de la rítmica, el movimiento fino y plástico, como parte de su desarrollo integral. El **parkur**, posibilita desarrollaren el alumno la expresión corporal a través de movimientos coordinados rítmicos y finos en el logro de obtener mayor integración y trabajo en equipo. El **ultimate** pretende mejorar en los estudiantes capacidades físicas y motoras, a través del dominio corporal. Por su parte el **boxeo** busca promover en el esparcimiento, la utilización del tiempo libre y la recreación. El **kickball**, facilita mejorar la coordinación viso pédica y viso manual con actividades recreos deportivos. **La muestra de talentos**, ayuda a conocer las potencialidades de los participantes, para la obtención de mejores relaciones, descanso y salud mental. Los **juegos lúdicos y recreativos** contribuyen a fortalecer la participación de los estudiantes a través del juego y la lúdica, como maneras de compartir intereses, gozar y disfrutar en actividades conjuntas. El **waterpolo** permite potenciar la vertiente social del deporte, fomentando la integración, la participación y el encuentro entre personas que comparten una misma afición. La **natación** busca **promover** la formación completa de la persona desde la perspectiva motora, cognitiva y afectiva. El **acrosport** posibilita utilizar este deporte como elemento de cooperación, de creatividad, mediante herramientas de la gimnasia y la acrobacia. El **fútbol americano** como un deporte de contacto busca fomentar la disciplina, el entrenamiento físico y la preparación mental. Por su parte los **juegos tradicionales** van a facilitar el adecuado manejo de la agresividad en los estudiantes y la recuperación del valor de la tolerancia, el respeto, la participación y la integración. El **palotroque** posibilita combinar varios deportes como baloncesto, ultieme, futbol y otros facilitando la socialización y el desarrollo de capacidades físicas como coordinación velocidad entre otras.

De igual manera los **temas** a fortalecer en la propuesta son : el desarrollo integral, donde se tienen en cuenta : los valores, la participación, la disciplina, socialización, cooperación, el desarrollo motor, integración participación, ritmo, coordinación, manejo del tiempo libre y la recreación, así como el fortalecimiento de capacidades físicas y motoras, y la expresión corporal.

La **propuesta de intervención** consta de los siguientes momentos.

- Se hará una comunicación escrita, para que todos los docentes en sus clases de educación física, den la información sobre la propuesta que se va a implementar, haciendo énfasis en los beneficios de ésta, en relación con las actividades innovadoras, la planeación para todos los estudiantes de los niveles de 10° y 11° del colegio.
- Luego se procede hacer una inscripción, para participar en cada una de las actividades, haciendo rotación de grupos por mes.
- Seguidamente se les presentará un video a los grupos de trabajo sobre la programación y nombramiento de un líder por equipo y por actividad, para la distribución y asignación de los espacios, acorde con la actividad.

La **evaluación** que se pretende alcanzar con las actividades programadas son las siguientes:

Con la gimnasia la **capacidad** de ver el mundo, desde el movimiento y la estética, visualizar los sueños, mejorar la apariencia y la imagen, la relajación, aumentar la concentración y el estado de alerta, la habilidad de sobrellevar el estrés. A través de la calistenia se **mejora** el entorno

educativo, a ser más participativos, con el desarrollo de actividades motivadoras, Tener adecuados comportamientos humanos y ser parte activa de la comunidad estudiantil. En los juegos lúdicos y callejeros los estudiantes pueden lograr mayor integración con los demás compañeros de los otros grupos, ampliar el círculo de amigos, a través de las actividades compartidas, sensibilización de que la lúdica, los integra, ayuda a compartir valores y disfrutar de actividades comunes. En la muestra de talentos, que el estudiante tenga la **oportunidad** de reconocer sus habilidades y destrezas en cada uno en los diferentes niveles del conocimiento, además de asociar sus destrezas y habilidades con la escogencia de la formación profesional,

Con la práctica del **boxeo** se logra la identificación de las normas y la disciplina, como fundamentos de la personalidad y de los deportes. Adicionalmente el Parkur posibilita la **identificación** de que el trabajo en equipo, es una necesidad del ser humano, como requisito de la convivencia social, servir de mediador en los conflictos entre estudiantes.

Con el ultimate, el boxeo , el kickball, el wáter polo, acrosport y el fútbol americano se aprende a **compartir** normas, fortalecer el trabajo en equipo, obtener conocimiento del juego, con las responsabilidades inherentes, realizar actividades novedosas desde los escenarios institucionales, mejorar la convivencia con los compañeros. La rumba aeróbica o la danza, **facilita** la libre expresión, el manejo del cuerpo, la identificación de ritmos, compartir interese con los demás estudiantes y recrearse.

Las **estrategias** para realizar la intervención es la utilización de la lúdica, la recreación y el juego como componentes esenciales para el trabajo con los estudiantes, A través de ellas está fundamentada la propuesta, en el sentido de ofrecer todas las alternativas, para que se cumplan

los propósitos de formación, en la educación, para el mejoramiento de la autoestima y la salud mental.

A medida que al estudiante, se le dan opciones diferentes a la actividad académica, tiene la oportunidad de experimentar otras opciones, orientadas a satisfacer las expectativas de aprendizaje, como de formación personal, donde cobra importancia el desarrollo humano.

Por ello, la propuesta lúdica pedagógica, atiende a las necesidades de una población estudiantil, que referencia los aprendizajes, con actividades motivadoras, atendiendo a las exigencias de la calidad humana, la sana convivencia, fortalecimiento del entorno educativo, de la lúdica, alternativas didácticas, posibilitar actividades novedosas y el compartir en los escenarios institucionales.

En la propuesta, se tienen en cuenta la recreación como una necesidad básica del ser humano, por eso los docentes son los llamados a crear estas alternativas pedagógicas, porque viven de cerca las problemáticas de los jóvenes y es una misión la formación del ser humano en condiciones dignas, combinando los saberes, la experiencia, la observación y el conocimiento académico.

Imagen 2. Conozcámonos a través de la lúdica.



Tabla 1. Plan de trabajo

“La gimnasia expresión de vida”						
Objetivo general: Fomentar la participación de los estudiantes, con actividades lúdicas, recreativas y deportivas, en los espacios institucionales para la salud mental, la utilización adecuada del tiempo libre y los valores sociales.						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
<p>Mejorar en los Estudiantes habilidades y destrezas, a través del movimiento corporal, como la gimnasia.</p> <p>Fortalecer a través de la gimnasia, el movimiento, como expresión lúdica y de contextualización de la realidad.</p>	Se realizará con cada uno de los grupos de los grados 10° y 11° unas secciones de habilidades y destrezas gimnásticas en colchonetas, los mejores exponentes de estas habilidades realizarán luego una demostración a toda la comunidad educativa en la muestra pedagógica de nuestra Institución.	La gimnasia es una <u>actividad física</u> destinada al fortalecimiento y mantenimiento de una buena <u>forma física</u> del cuerpo a través de un conjunto de ejercicios establecidos, donde se requiere de las capacidades físicas como la <u>fuerza</u> , <u>flex</u>	Los 8 grupos del grado décimo y 8 grupos del grado once cada uno con 30 estudiantes aproximadamente.	Colchonetas individuales, colchonetas bocadillo y colchoneta grande, patios salones del colegio, aros, cuerdas, pelotas, clavos.	6 sesiones de 1 hora y 30 minutos para cada grupo.	<p>Mejoro las capacidades físicas y coordinativas.</p> <p>Logro mayor integración con los demás compañeros del grupo y de los otros grupos, Mejoro la Socialización, el disfrute, la Convivencia y la Salud física y mental.</p>

		<u>ibilidad, agili</u> <u>dad, resistenc</u> <u>ia y control.</u>				
--	--	---	--	--	--	--

“EL Ser humano trasciende a través de la lúdica”						
Objetivo general: Fomentar la participación de los estudiantes, con actividades lúdicas, recreativas y deportivas, en los espacios institucionales para la salud, la utilización adecuada del tiempo libre y los valores.						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
Realizar un carrusel recreativo, incrementando la mejor utilización del tiempo libre y los valores de los adolescentes de los grados 10 y 11 del Colegio de la UPB	Se realizarán con 120 estudiantes de los grados 10 y 11, los cuales deben inscribirse en equipos de a 12 estudiantes ellos disfrutarán de las actividades en forma de juegos múltiples Los juegos múltiples son actividades recreativas donde se establecen estaciones de relevos y un número determinado de participantes, todos los equipos rotan por las diferentes estaciones, con un tiempo determinado cada una, y al finalizar se hace un conteo total de todas las estaciones, gana quien haya obtenido mayor	Juegos lúdicos y recreativos Las bases son: 1. Carreras de carretillas 2. Carreras de Caballos. 3. Carreras de relevos. 4. Encestar con los ojos tapados. 5. Cobrar penaltis 6. En el menor tiempo posible armar rompecabeza s. 7. Voleibol con bombas de agua	100 Estudiantes del grado 10 y 11 del colegio de la UPB jornada de la mañana	Cancha de fundadores, pelotas, aros, bastones, llantas, conos, manilas, cuerdas, cestas, cancha de fútbol tenis, porterías de fútbol, rompecabezas, bombas de agua y malla de voleibol, equipo de sonido, música, pañuelito o trapo	2 veces al año con una duración de 2 horas cada vez.	Participa durante las diferentes actividades lúdicas y recreativas, Logrando mayor integración con los demás compañeros de su equipo y de los otros grupos, Ampliando el círculo de amigo, a través de las actividades compartidas, mejorando la Socialización, el disfrute, la Convivencia, las Habilidades motrices, las

	puntuación, es una buena opción para el desarrollo de habilidades motrices.	8. Fútbol tenis. 9. Rumba aeróbica. 10. Pañuelito				Capacidades físicas, la Coordinación y Salud mental. Mejora el juego limpio y respeto
--	---	---	--	--	--	---

“Mi cuerpo se expresa a través del movimiento”						
Objetivo general: Fomentar la participación de los estudiantes, con actividades lúdicas, recreativas y deportivas, en los espacios institucionales para la salud, la utilización adecuada del tiempo libre y los valores.						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
<p>Lograr la participación de los Estudiantes a través de actividades como la rítmica, el movimiento fino y plástico, como parte de su desarrollo integral, con la calistenia.</p> <p>Favorecer el desarrollo integral de los estudiantes a través de la calistenia, para la obtención de mayor participación en las actividades programadas, en la propuesta lúdica</p>	<p>Se hace una convocatoria de participación para clasificar aquellos estudiantes que poseen ciertas competencias corporales.</p> <p>Los dividimos en 25 equipos de a 4 estudiantes donde se realizan las actividades al aire libre, en colchonetas y con pequeños elementos y bancos y luego se escogen los mejores estudiantes por parte de los jueces (profesores de educación Física), para realizar demostraciones de ejercicios de calistenia a los otros estudiantes del Colegio en un evento deportivo o acto cívico.</p>	<p>La calistenia se define como un conjunto de ejercicios que centran su interés en los movimientos de grupos musculares, más que en la potencia y el esfuerzo, con el objetivo último de desarrollar la agilidad, la fuerza física y la flexibilidad.</p>	<p>100 Estudiantes de los grados 10 y 11</p>	<p>Canchas del Colegio, sogas, banco sueco, barra de equilibrio y Colchonetas.</p>	<p>3 veces por semana, con duración de 45 minutos, durante dos meses.</p>	<p>Aumenta la resistencia y fuerza muscular.</p> <p>Mejora la flexibilidad.</p> <p>Incentiva la práctica de actividades</p> <p>Hacer parte activa de la comunidad estudiantil.</p> <p>Mejora la postura corporal y control del</p>

"La rumba me llama"						
Objetivo general: Fomentar la participación de los estudiantes, con actividades lúdicas, recreativas y deportivas, en los espacios institucionales para la salud, la utilización adecuada del tiempo libre y los valores.						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
<p>Mejorar la coordinación general, el ritmo y las capacidades físicas de la resistencia mediante la danza o rumba aeróbica.</p> <p>Reducir masa corporal y tonificar músculos.</p>	<p>Se realizará con una inscripción previa de los estudiantes, docentes, empleados y directivas que deseen participar de la danza o rumba aeróbica.</p> <p>Luego en el patio salón o polideportivo se realiza la actividad que consiste en bailar diferentes géneros musicales latinos como salsa, merengue, bachata, reggaeton, al ritmo de la música.</p>	<p>La rumba aeróbica es una disciplina <i>Fitness</i>, pensada para todo público, que combina baile y aeróbicos</p>	<p>Estudiantes, docentes, empleados y directivas</p>	<p>Parlantes, micrófono, música, patio central del Colegio.</p>	<p>4 veces al año cada vez con una duración de 1 hora cada vez</p>	<p>Facilitar la libre expresión, el manejo del cuerpo, la identificación de ritmos.</p> <p>Compartir interese con los demás estudiantes y miembros de la comunidad educativa y recrearse.</p>

“ El ultimate juego que apasiona”						
Objetivo general: Promover el disfrute y la socialización de los estudiantes, con la práctica del deporte.						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
Mejorar en los Estudiantes capacidades físicas y coordinativas, a través del dominio corporal. Propiciar el dominio corporal y espíritu de juego en equipo.	Se hace una selección de 200 estudiantes que quieran participar en el deporte del ultimate. Luego se trabaja habilidades y destrezas con el disco. Se explica las reglas del juego. Se sacan 20 equipos de 10 jugadores cada equipo donde juegan 7 y 3 suplentes, se realiza el torneo interclases de ultimate con estos equipos, al final del año se premiaran los equipos que ocupen los tres primeros lugares.	<i>Ultimate</i> es un deporte competitivo de equipo sin contacto entre jugadores. Se juega por dos equipos de 7 jugadores y un frisbee. El objetivo es obtener puntos capturando el disco en una zona de gol situada al	200 estudiantes	Canchas del Colegio, Discos de ultimate Conos, jueces, planillas.	4 veces a la semana, durante 30 minutos, por un semestre académico	Conozco el deporte y sus normas. Fortalezco el trabajo en equipo. Mejoro la coordinación viso manual y las capacidades físicas. Mejoro la convivencia con los compañeros y el espíritu de juego en equipo.

		<p>lado opuesto del campo, los jugadores no pueden caminar ni correr mientras tienen el disco en las manos.</p>				
--	--	---	--	--	--	--

“Que alegría conocer los juegos de mis antepasados por medio de los juegos tradicionales”						
Objetivo general: Promover la participación y el conocimiento , a través de la realización de los juegos tradicionales en Colombia						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
Desarrollar Juegos Tradicionales para el manejo de la agresividad en los estudiantes. Recuperar el valor de la tolerancia, el respeto, la participación y la integración.	Se realizará a manera de festival. Se entregará volantes informativos previamente para motivar y detallar la forma de participación. Los estudiantes inscritos realizan sus demostraciones en los diferentes juegos y actividades tradicionales de nuestro país como jugar con los trompos, valeros, yoyos, fuchi, canicas, vueltas a Colombia con tapas, la oba, entre otras.	Los Juegos Tradicionales de Colombia se han ido transmitiendo de generación en generación para así mantener las culturas y tradiciones en los niños. Estos juegos son especialmente para que los niños aprendan a divertirse,	Todos los estudiantes que se quieran inscribir	Canchas, patio salones, trompos, valeros, tapas, yoyos, tizas, pelotas, tarros, canicas, fuchis	2 veces por semestre	Integración con los demás compañeros de su grupo y de los otros grupos. Ampliar el círculo de amigos, a través de las actividades compartidas. Comparto valores y disfruto de actividades comunes. Aprendo a ganar y perder

		entretenerse, y compartir.				
--	--	-------------------------------	--	--	--	--

“ Demuestro mis talentos”						
Objetivo general: Promover la participación , a través de la identificación de talentos en los estudiantes						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
Mostrar ante la comunidad educativa del colegio los talentos a todos los niveles: artísticos, deportivos, científicos, matemáticos, oradores entre otros. Conocer las potencialidades de los estudiantes a través de una muestra pedagógica.	Se realizará con una inscripción previa de los estudiantes, que deseen mostrar sus talentos en cuanto a lo artístico, deportivo, académico, científico. La muestra de talentos se trata que gran cantidad de estudiantes de los grados 10 y 11, tienen unos talentos que muchas veces por desconocimiento de la institución o por timidez del estudiante no se tiene conocimiento. Los estudiantes que se inscriban en cada una de las modalidades o áreas y luego de ser aprobadas por el Consejo Académico realizarán durante toda la jornada y	Este evento se realizará en el marco de las fiestas institucionales , llamado muestra pedagógica, deportiva y cultural. Los talentos inscritos en diferentes sitios del colegio demostrarán sus diferentes capacidades para el conocimiento del resto de la comunidad educativa.	Estudiantes Inscritos y aprobados por el Consejo Académico	Parlantes, micrófonos, patio salón bloque A y B, salones, auditorios, laboratorios, canchas,	1 vez al año con una duración de 7 horas.	Reconozco mis habilidades y destrezas (talentos) y las doy a conocer a la comunidad educativa. Asociar sus destrezas y habilidades con la escogencia de la formación profesional.

	en diferentes sitios del Colegio la muestra de sus talentos a los miembros de la comunidad educativa. (estudiantes, docentes, padres de familia, empleados entre otros)					
--	---	--	--	--	--	--

“Nadar es mi pasión”						
Objetivo general: Promover el disfrute y la socialización de los estudiantes, con la práctica del deporte.						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
<p>Promover la Natación para la formación completa de la persona desde la perspectiva motor, cognitiva y afectiva.</p> <p>Potenciar el wáter polo como vertiente social para el fomento de la integración, participación y encuentro entre personas que comparten una misma afición.</p>	<p>Se realiza una inscripción previa para las competencias interclases de natación en las modalidades de estilo pecho, estilo libre, estilo espalda y estilo mariposa y se inscriben los equipos interesados en participar en el torneo interclases de waterpolo.</p>	<p>La natación es el movimiento y el desplazamiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales. Water polo, deporte que se practica en una piscina y en el que se enfrentan dos equipos de siete nadadores que tratan de introducir un balón en el arco contrario</p>	<p>40 estudiantes para natación y 10 equipos de 10 jugadores para wáter polo, en total 140 estudiantes</p>	<p>Piscina de Fundadores, Porterías, balones de wáter polo, planillas para los jueces, cronómetros</p>	<p>Natación 1 vez por año. Torneo de wáter polo tendrá una duración de 4 meses.</p>	<p>Mejoro las capacidades físicas y coordinativas.</p> <p>Integración y socialización con mis compañeros.</p> <p>Disfrute de las actividades acuáticas</p>

		lanzándolo con las manos; vence el equipo que consigue más goles en los 20 minutos que dura el juego				
--	--	--	--	--	--	--

“Con el kickball soy feliz”						
Objetivo general: Fortalecer la socialización y la convivencia , por medio de la práctica del deporte						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
<p>Mejorar en los estudiantes la coordinación viso pédica y viso manual con actividades predeportivas como el kickball.</p> <p>Socializar con los compañeros de grado, a través del juego.</p>	En cada grupo deben seleccionar equipos de 12 jugadores, se les notifica a los estudiantes la programación de los partidos y las reglas del juego, cuando jueguen todos los equipos del grado se realiza una premiación para los tres primeros equipos tanto del grado 10 como del grado 11.	El kickball , es un juego predeportivo para la enseñanza del beisbol y consiste en que se juega entre dos equipos, cuyo objetivo es anotar la mayor cantidad de carreras posibles y evitar que el otro equipo anote carreras. Gana el equipo que haya anotado	240 Estudiantes de los grados 10 y 11	Pelota de plástico, home y 3 bases, planillas para anotar las carreras.	3 veces por semana 30 minutos durante 2 meses	<p>Mejoro mis capacidades coordinativas, viso manuales y viso pédicas.</p> <p>Respeto las normas del juego, a los compañeros y jueces.</p>

		<p>más carreras en conformidad con el reglamento y bajo la jurisdicción de uno o más árbitros, jugado con una pelota se diferencia del beisbol que la pelota es golpeado con el pie, y no con un bate y el equipo que está haciendo los out lo hacen pero sin guantes. El resto de las reglas son muy similares al beisbol</p>				
--	--	--	--	--	--	--

“Demuestro mis capacidades físicas a través del fútbol americano”						
Objetivo general: Participar en la práctica del futbol americano, para el fortalecimiento de la disciplina						
Objetivos específicos	Metodología o procedimiento	Temática	Número de participantes	Recursos materiales	Tiempo de duración	Evaluación
Practicar el Futbol Americano como Participar un deporte de contacto que requiere , disciplina, entrenamiento físico y preparación mental	En cada grupo deben seleccionar equipos de 18 jugadores, se les notifica a los estudiantes la programación de los partidos y las reglas del juego, cuando jueguen todos los equipos del grado se realiza una premiación para los tres primeros equipos tanto del grado 10 como del grado 11.	El fútbol americano es jugado por dos equipos, de forma que 11 jugadores ofensivos de uno de los equipos juegan contra 11 defensivos del otro equipo. El equipo atacante intenta llevar el balón bien mediante la carrera o mediante el pase, hacia la zona de	324 Estudiantes 162 del grado 10 y 162 del grado 11	Cancha del colegio, balones de fútbol americano, planillas.	2 veces por semana, partidos de 30 minutos y durante 5 meses	Mejoro las capacidades físicas. Respeto las normas de juego, compañeros y jueces. Valoro el aprender a ganar y perder.

		anotación y así anotar puntos. La defensa tiene que evitar que esto ocurra y tratar de impedir el avance del equipo rival hacia la anotación.				
--	--	---	--	--	--	--

Capítulo 5. Conclusiones

El trabajo es el fruto de la experiencia docente, la realización de la especialización y la observación de la poca participación de los estudiantes, en los deportes programados (anexo, gráfica # 7) en el tiempo del descanso, en la jornada escolar, la cual debía concentrar un número significativo de participantes alrededor de las competencias.

Con el fin de lograr un mayor acercamiento a los discentes, luego de haber identificado la dificultad (anexo, cuadro # 4), se inició un trabajo riguroso para conocer las expectativas de ellos y satisfacer las necesidades encontradas. Se diseñó como instrumento de recolección de información, la encuesta, (anexo formato) para identificar sus gustos y preferencias, frente a las actividades que se debían ofrecer en el tiempo del descanso escolar.

Este arrojó datos significativos, los estudiantes querían participar masivamente (anexo, cuadro # 8) en la ejecución de la propuesta si esta contemplaba actividades donde se pudiera gozar, aprender, trabajar en equipo, demostrar sus capacidades y habilidades, despertar sus sentidos por la estética, compartir las normas, conocer al otro en un escenario diferente al académico, participar con los demás grupos de los otros grados, poder tener libre expresión, despejar la mente, lograr el reconocimiento por sus habilidades, recordar las actividades culturales, el disfrute por lo novedoso, participar de la sencillez de las actividades, contribuyendo siempre al desarrollo integral del ser humano (anexo, cuadro # 10).

Además, para identificar las necesidades de los estudiantes, se recurrió a la aplicación y análisis de un instrumento de recolección de información, como la encuesta, en la que se obtuvo información valiosa, por medio de la cual se dio a conocer las necesidades.

Por lo tanto en la propuesta lúdica y pedagógica, se diseñaron actividades tendientes a mejorar en los estudiantes las habilidades, las destrezas, el movimiento, la expresión y la contextualización de la realidad. Lograr mayor participación a través de las actividades seleccionadas, con la premisa de contribuir al desarrollo humano, favorecer el desarrollo integral de los educandos, obtener mayor participación de los grupos, el desarrollo corporal, el trabajo en equipo, la solidaridad y la convivencia. Además de promover el sano esparcimiento y hacer una utilización racional del tiempo en el descanso escolar como plantea la ley 115 de 1.994, Art. 14, la importancia de lograr “El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diferentes culturas, la recreación y el deporte [...]” (p.4). En las acciones dirigidas a los estudiantes. Esta en su planeación contó con actividades como juegos callejeros, gimnasia, aeróbicos, palotroke, ultimate, Juegos Tradicionales, Fútbol Americano, Acrosport, natación, waterpolo, juegos lúdicos y recreativos, muestra de talentos, calistenia y el kickball (anexo, cuadro # 8)

Adicionalmente en la propuesta, la lúdica ocupa un lugar de preferencia al ser considerada como una **necesidad básica del ser humano**: Este planteamiento, lo menciona (la Asamblea General de la Naciones Unidas, 1980), cuando expresa que para el hombre, “[...] después de la nutrición, salud, educación, vivienda, trabajo y seguridad social, la recreación debe considerarse como una necesidad básica, fundamental para su desarrollo.” (Funlibre, 2014, párr.11)

Es así como la lúdica trasciende los límites de la educación, permitió que el sujeto, se convirtiera en un líder positivo para la sociedad y fuera generador de grandes cambios sociales, respetando siempre los valores, las normas y creencias propias de la cultura de los pueblos.

Contribuyó, además a ser generador de cambios en función de una sana convivencia, aportando a que los espacios educativos, fueran escenarios de armonía, paz y solidaridad entre compañeros, cuando se participó, en las actividades lúdicas, recreativas, para lograr un desarrollo integral acorde a los requerimientos institucionales

Lo que se pretendió con la propuesta fue la participación masiva en las actividades programadas y que el descanso escolar, se convirtiera en una expectativa sana de goce y disfrute, de alegría y de compartir acciones de interés, que aportaran al beneficio del aprendizaje. Además permitió que los escenarios educativos, fueran espacios de vida saludable, para que el estudiante, tomara la conciencia de que la práctica de un deporte así como la recreación, le garantizarán aprendizajes significativos.

Hay que tener presente que los agentes educativos tienen una corresponsabilidad, donde el docente desde su experiencia, amplió la innovación ofrecida, por la lúdica, para ser del acto educativo, el generador de la sana convivencia, el fortalecimiento de los valores, la renovación de los sueños, la identificación de las metas a corto, mediano, como largo plazo y el considerar que como seres humanos, los estudiantes son tenidos en cuenta, en referencia a sus gustos por la recreación el deporte, la lúdica y todo lo que le facilite la convivencia social.

El ser humano, siempre busca la realización personal, para ello va identificando cuáles son sus expectativas, para ir haciendo uso de los mecanismos que le retribuyen armonía, paz y una forma de intercambiar ideas, intereses, con sus pares y lograr apoyos, que ayudan al mejoramiento de condiciones de vida .

Con base en todo lo anterior, puede decirse que el trabajo ayudó para consolidar la experiencia docente, los conocimientos obtenidos a la largo de la formación académica, pero principalmente como la especialización, sensibilizó frente al potencial que se debía trabajar en los estudiantes, para que la educación tomara otros matices, teniendo en cuenta la innovación, la creatividad, el deporte, como requisitos para que el estudiante a partir de lo que le gusta y prefiere, considere la institución educativa como soporte de su formación y le genere los espacios apropiados para compartir con sus compañeros y hacer de la cultura, el motor de progreso de las sociedades, facilitando el desarrollo humano de los estudiantes.

.

Lista de referencias

Aponte, L. & Cardona, C. (2009). *Educación ambiental y evaluación de la densidad poblacional para la conservación de los cóndores reintroducidos en el Parque Nacional Natural Los Nevados y su zona amortiguadora*. Universidad de Caldas, Manizales, Colombia.

Arroyave, L. (2009). *El muestreo por selección intencionada o muestreo de conveniencia*. Recuperado de <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/lms/moodle/mod/forum/discuss.php?d=24335&parent>

Botero, M., Campos, O., Restrepo, R., Roldan, M. (2015). *La lúdica como propuesta pedagógica frente al manejo de la agresividad de los estudiantes de secundaria durante el descanso en la institución educativa Colombia del municipio de Girardota – Antioquia*. Recuperado de <http://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/448>.

Constitución Política de Colombia. (1991). Artículo 4. Título I de los principios fundamentales. Bogotá, Colombia.

Decreto 1860 (1994). *Por el cual se reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994, en los aspectos pedagógicos y organizativos generales*. Ministerio de Educación Nacional. Colombia.

FUNLIBRE. (2004). Políticas públicas de recreación. Recuperado de www.funlibre.org/documentos/idrd/politicas.htm.

García Márquez, G. (1995). *Un manual para ser niño*. Santafé de Bogotá, MEN.

Huizinga, J. (2012). *Estructura constitutiva del juego. La trama invisible*. Recuperado de <http://latramainvisible.blogspot.com.co/2012/04/jugar-estructura-constitutiva-del-juego.html>.

Jiménez, Carlos. (1999). *Lúdica, creatividad y desarrollo humano*. Primer simposio de Investigación y Formación en Recreación. Pereira. Colombia. Vicepresidencia de lka República / Coldeportes / Funlibre.

La convención sobre los Derechos del Niño. (1989). Recuperado de <http://www.ohchr.org/SP/ProfessionalInterest/Pages/CRC.aspx>

Ley General de Educación. Ley115. (1994). *Artículo 14. TITULO II. Estructura del servicio educativo CAPITULO 1° Educación Formal SECCION PRIMERA Disposiciones comunes*. Colombia.

Ley 181 de 1.995. *Disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte*. CAPITULO II. Principios fundamentales. Art. 4°.

Ley 181 de 1.995. *Disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte*. TITULO II. De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar. Art. 6°.

Linares, A & Arias, L. (2016). *Estrategias lúdicas para hacer del tiempo libre un espacio de formación en valores*. Institución Universitaria Los Libertadores.

- Los Libertadores Fundación Universitaria. (2015). *Lineamientos proceso de investigación especializaciones a distancia y virtual. .Vicerrectoría de educación virtual y a distancia docentes de tiempo completo especializaciones. Bogotá, Colombia.*
- Manual de Convivencia. Colegio de la UPB. (2017). *Misión.* Medellín, Colombia.
- Mosquera, E & Bueno, A. (2016). *Ambientes lúdicos en los descansos escolares de la Institución Educativa Combia.* Fundación Universitaria Los Libertadores.
- Muñoz, F., Muñoz, L., Pinzón, M. (2015). *Diversas manifestaciones lúdicas en el aprovechamiento del tiempo libre.* Fundación universitaria los Libertadores .vicerrectoría de educación virtual y a distancia .especialización en pedagogía de la lúdica. La Mesa, Cundinamarca. Recuperado de <http://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/448>.
- OEA, Comisión Internacional De Los Derechos Humanos. ([s.f]). Declaración Americana de los Derechos y Deberes del Hombre. La IX Conferencia Internacional Americana. Recuperado de <http://www.oas.org/es/cidh/mandato/Basicos/declaracion.asp>.
- Palacio, M. (2016). Descansos escolares: momentos lúdicos en la Institución Educativa Vida para Todos. Trabajo de grado para optar al título de especialista en pedagogía de la lúdica en la Universidad los Libertadores. Recuperado de <http://repository.libertadores.edu.co/handle/11371/448>.
- Phail, E. (1999). El tiempo libre y la autonomía: y la autonomía: una propuesta. *La ventana* . (9). pp.83-98. Recuperado de [file:///C:/Users/Personal/Downloads/Pdf%20tiempo%20libre%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Personal/Downloads/Pdf%20tiempo%20libre%20(1).pdf)

- Pérez, L. & Collazos, T. (2007). *Los patios de recreo como espacios para el aprendizaje en las instituciones educativas*. Sedes Pablo Sexto en el municipio de Dosquebradas. Universidad tecnológica de Pereira. Colombia.
- Ramírez, L & Arias, L. (2016). *Estrategias lúdicas para hacer del tiempo libre un espacio de formación en valores*. Trabajo de grado para optar al título de especialista en pedagogía de la lúdica. Institución Universitaria Los Libertadores.
- Romero, P. (2012). *Estrategias pedagógicas en el ámbito educativo*. Recuperado de <http://www.mutisschool.com/portal/Formatos%20y%20Documentos%20Capacitacion%20Docentes/ESTRATEGIAPEDCorr.pdf>.
- Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, P. B. (2016). *Metodología de la investigación*. (6 ed). México: Mcgraw-hill.
- Sandoval, C. (1996). *Investigación cualitativa. programa de especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social*. Instituto colombiano para el fomento de la educación superior, ICFES. Bogotá, Colombia. Recuperado de <https://panel.inkuba.com/sites/2/archivos/manual%20colombia%20cualitativo.pdf>
- Senn, A. (2000). El desarrollo como libertad. *Gaceta ecológica*. (55). pp. 14-20. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/539/53905501.pdf>.
- Uribe, L, Taborda, A, & Vélez, A. (2017). *Los espacios lúdicos, como estrategia pedagógica, para fortalecer la sana convivencia, en el descanso escolar*. Fundación Universitaria Los Libertadores., Medellín, Colombia.

Anexos

Formato de Encuesta



UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
COLEGIO
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA DE LA LÚDICA

ENCUESTA PARA ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 10 Y 11

OBJETIVO GENERAL

El instrumento tiene como propósito Diseñar una propuesta lúdica, de participación estudiantil en las actividades deportivas, en los espacios de descanso escolar.

Realice una lectura de las preguntas que aparecen a continuación y responda según su criterio

1. Datos de Caracterización:

Grado: 10° __ 11° __

Género: Masculino __ Femenino __

Edad: ____

2. Información Básica

2.1. ¿Participa usted, en las actividades recreativas y deportivas, ofrecidas en el tiempo de descanso escolar?

Sí __ No __

2.2. ¿De cuáles actividades recreativas y deportivas participa usted?

Tenis de mesa __ Ajedrez __ Atletismo __ Natación __ Fútbol __ Microfútbol __ Balonmano __
 Baloncesto __ Voleibol __ Otros __ Cuáles __

2.3. Cuáles son las razones de su participación:

Me gusta entretenerme con el deporte __ No hay más actividades que hacer __ Me integro más a mis compañeros __ Aprovecho el tiempo libre __ Comparto con otros compañeros de otros grupos __ Participo para divertirme __ Otras __
 Cuáles _____

2.4. ¿Le gustaría que le ofrecieran otras actividades diferentes para el fortalecimiento de una vida saludable?

Sí ___ No ___

2.5. ¿Usted participaría?

Sí ___ No ___

2.6. ¿Qué actividades sugiere usted, se deben ofrecer?



UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA
COLEGIO
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA DE LA LÚDICA

ENCUESTA PARA ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 10 Y 11

OBJETIVO GENERAL

El instrumento tienen como propósito Diseñar una propuesta lúdica, de participación estudiantil en las actividades deportivas, en los espacios de descanso escolar .

Realice una lectura de las preguntas que aparecen a continuación y responda según su criterio

1. Datos de Caracterización:

Grado: 10° __ 11° __

Género: Masculino__ Femenino__

Edad: ____

2. Información Básica

2.1. ¿Participa usted, en las actividades recreativas y deportivas, ofrecidas en el tiempo de descanso escolar?

Sí __ No __

2.2. ¿Cuáles son las razones de su no participación? No me motivan las actividades ofrecidas __

Me gusta charlar con mis compañeros y compañeras__ Prefiero chatear en el descanso __

Aprovecho para estar aislado de actividades deportivas y recreativas __ Me gusta conocer los gustos de los compañeros (as) __

2.3. ¿Le gustaría le ofrecieran otras actividades diferentes para el fortalecimiento de una vida saludable?

Sí __ No __

2.4. ¿Usted participaría?

Sí __ No __

2.5. ¿Qué actividades sugiere usted, se deben ofrecer?

Anexo 2

Listado de Cuadros

Cuadro 1. Grado que cursan los estudiantes.

Grado	Frecuencia	Porcentaje
Decimo	158	47%
Once	181	53%
Total	339	100%

Cuadro 2. Género al que pertenecen los estudiantes.

Genero	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	28	8%
Masculino	311	92%
Total	339	100%

Cuadro 3. Edad de los estudiantes.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
14	7	2%
15	97	29%
16	113	33%
17	91	27%
18	19	6%
19	12	4%
Total	339	100%

Cuadro 4. Razones de la no participación en actividades deportivas.

¿Cuáles son las razones de su no participación?	Frecuencia	Porcentaje
No me motivan las actividades ofrecidas	56	27%
Me gusta charlar con mis compañeros y compañeras	87	42%
Prefiero chatear en el descanso	19	9%
Aprovecho para estar aislado de actividades deportivas y recreativas	17	8%
Me gusta conocer los gustos de los compañeros	16	8%
Otros		
Incapacidad	2	1%
No me gusta hacer ejercicio en el colegio	1	0%
No me siento cómoda	1	0%
Explico a mis compañeros	2	1%
Falta de valor	1	0%
Escuchar música	2	1%
No hay ya campeonatos	1	0%
No son organizados	1	0%
Preferencias entre compañeros	1	0%
Total	207	100%

Cuadro 5. Participación en las actividades.

¿Participa en las actividades recreativas y deportivas, ofrecidas en el tiempo de descanso escolar?	Frecuencia	Porcentaje
Si	169	50%
No	170	50%
Total	339	100%

Cuadro 6. Actividades en las que participan.

¿De cuáles actividades recreativas y deportivas participa?	Frecuencia	Porcentaje
tenis de mesa	19	5%
Natación	8	2%
Balonmano	44	11%
Ajedrez	9	2%
Futbol	102	26%

Baloncesto	55	14%
Atletismo	26	7%
Microfútbol	74	19%
Voleibol	61	15%
Tenis de campo	2	1%
Total	400	100%

Cuadro 7. Razones de participación.

¿Cuáles son las razones de su participación?	Frecuencia	Porcentaje
Me gusta entretenerme con el deporte	137	36%
Me integro más a mis compañeros	59	15%
Comparto con compañeros de otros grupos	40	10%
No hay más actividades que hacer	8	2%
Aprovecho el tiempo libre	47	12%
Participo para divertirme	90	24%
Sueño	1	0%
Total	382	100%

Cuadro 8. Gusto por actividades diferentes.

¿Le gustaría que le ofrecieran otras actividades diferentes para el fortalecimiento de una vida saludable?	Frecuencia	Porcentaje
Si	290	86%
No	49	14%
Total	339	100%

Cuadro 9. Participaría usted en las nuevas actividades.

¿Participaría?	Frecuencia	Porcentaje
Si	289	85%
No	50	15%
Total	339	100%

Cuadro 10. Actividades en las que participaría.

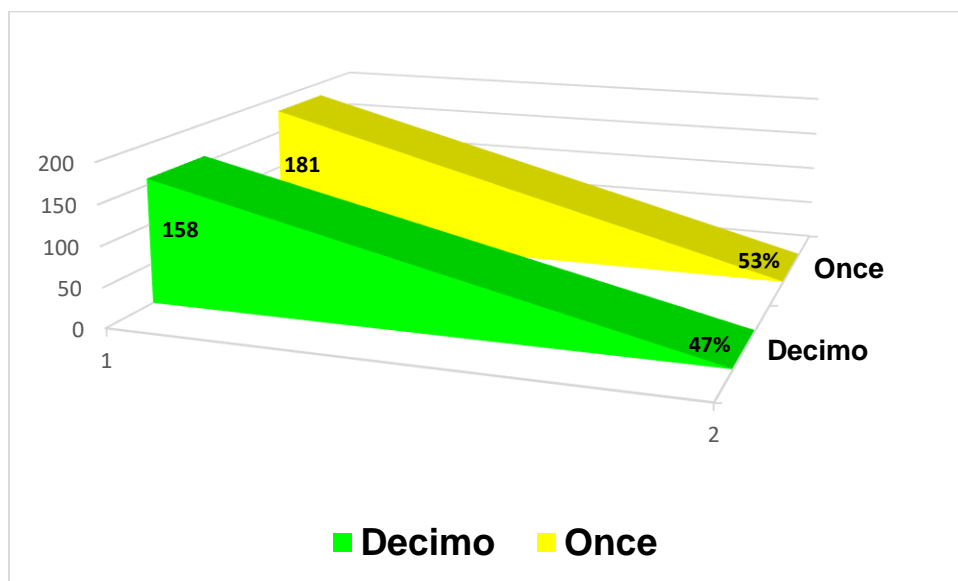
Frecuencia	Porcentaje
3	1%
2	1%
21	9%
1	0%
1	0%
4	2%
7	3%
10	4%
1	0%
12	5%
13	5%
9	4%
16	6%
2	1%
8	3%
1	0%
7	3%
3	1%
5	2%
1	0%
5	2%
6	2%
1	0%
1	0%
1	0%
7	3%
14	6%
1	0%
9	4%
6	2%
1	0%
2	1%
2	1%
16	6%
17	7%
1	0%
1	0%
2	1%
2	1%
1	0%
2	1%
1	0%

3	1%
1	0%
4	2%
1	0%
3	1%
1	0%
1	0%
2	1%
1	0%
1	0%
3	1%
92	37%
247	100%

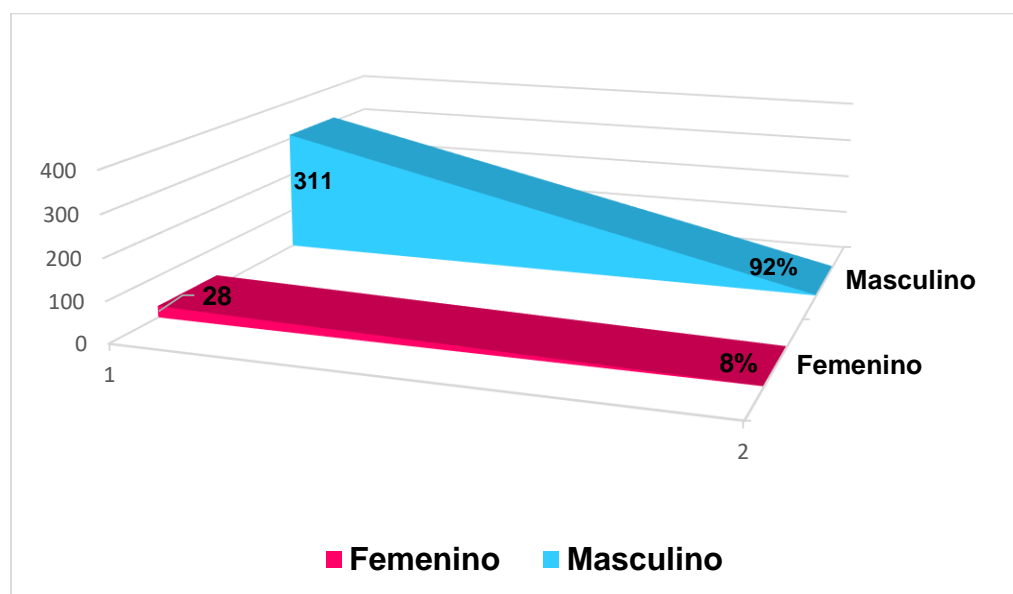
Anexo 3

Listado de Gráficas

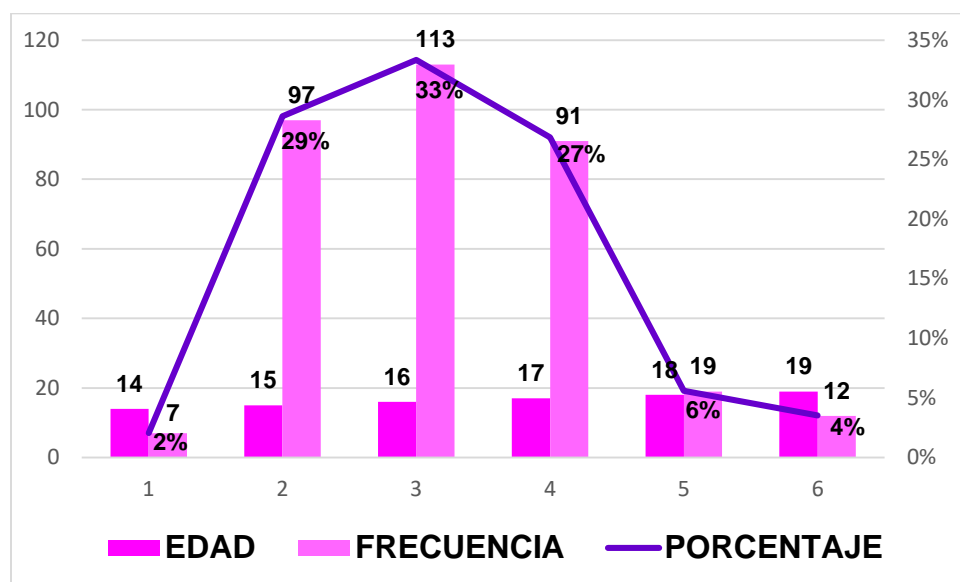
Gráfica 1. Grado que cursan los estudiantes.



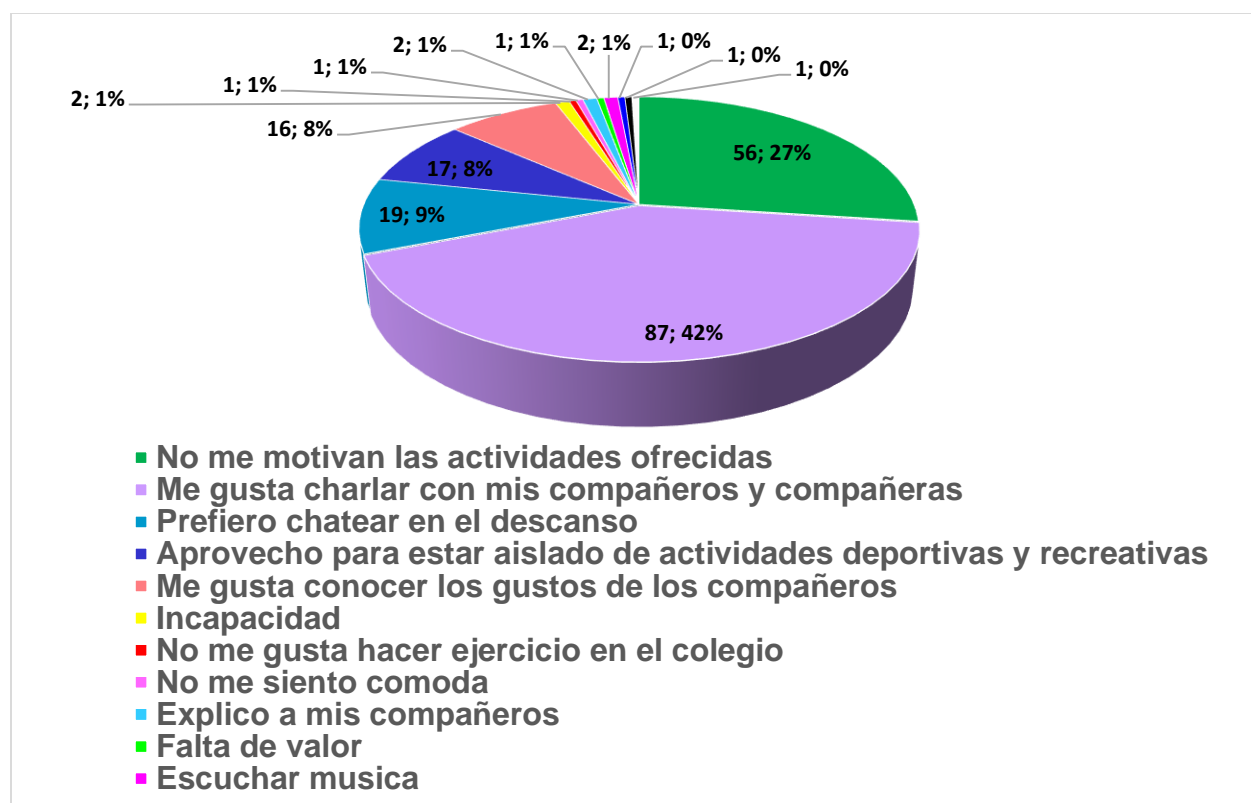
Gráfica 2. Género de los estudiantes.



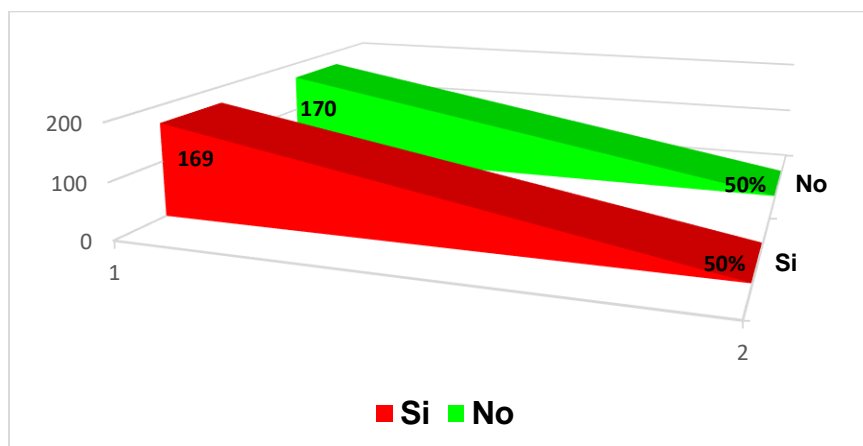
Gráfica 3. Edad de los estudiantes.



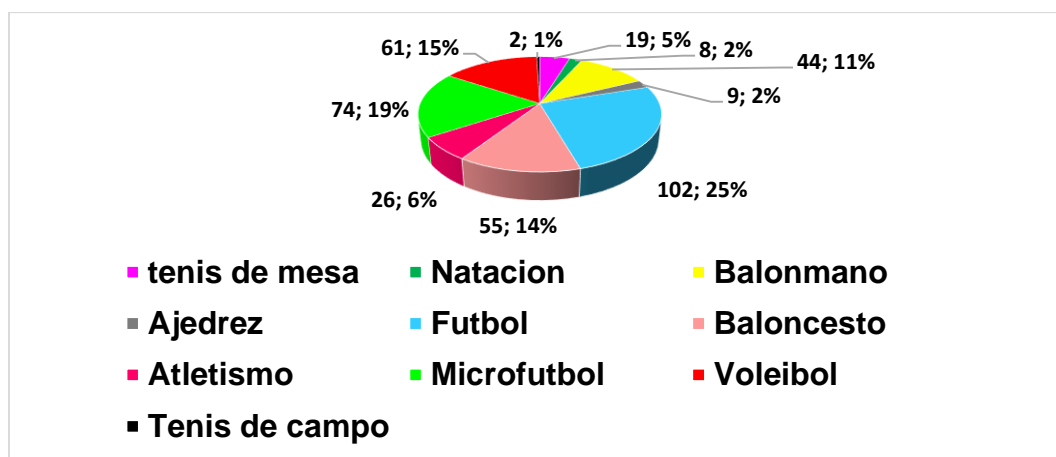
Gráfica 4. Razones de la no participación en actividades deportivas.



Gráfica 5. Participación en las actividades.



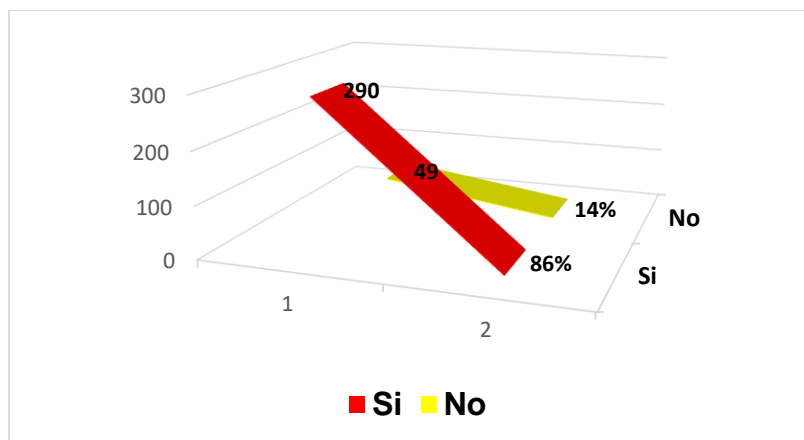
Gráfica 6. Actividades en las que participan.



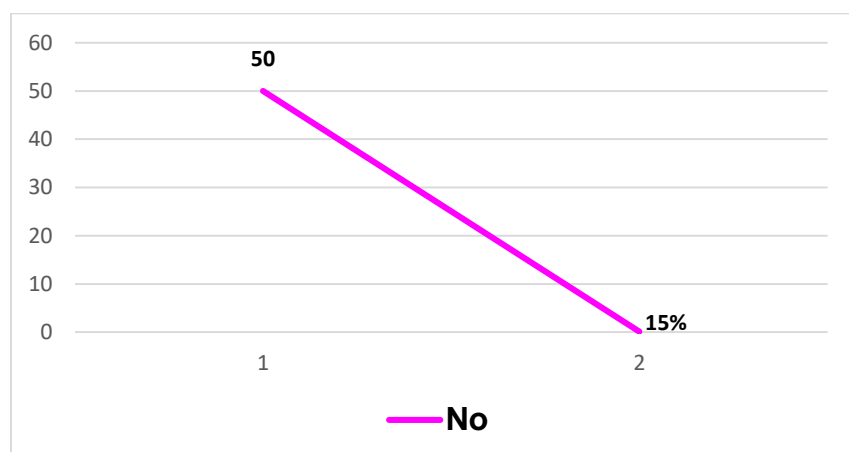
Gráfica 7. Razones de participación.



Gráfica 8. Gusto por actividades diferentes.



Gráfica 9. Participaría usted en las nuevas actividades.



Gráfica 10. Actividades en las que participaría.

